



## Programme Ecole de Course d'orientation Printemps 2025



<u>Date</u>	<u>Lieu</u>	<u>Thème</u>
Mercredi 12 Mars	Parc Dassault	Débutant : découverte de la légende de la carte Avancés : reprise des bonnes habitudes, méthode POP, échelle + Fenetre
Mercredi 19 Mars	Parc Dassault	Papillons + Couloir + Shaker
Mercredi 26 Mars	Complexe Sportif Max Descarre - Seynod	Mémo + Duel en confrontation
Samedi 29 Mars	Parc Dassault	O'Lac - gratuit pour les licenciés ASO
Mercredi 2 Avril	Parc des Glaisins	Relocalisation - Lapin Belge, suivi d'itinéraire, pair/impair
Week end du 4 et 5 Avril	Puy de Dome	Championnat de Ligue de Moyenne distance
Mercredi 9 Avril	Marquisats / Chataigneraie	Précision - Dictée'O + Vrai/faux
Mercredi 17 Avril	Lovagny - Montagne d'age	Points d'appui/ points d'attaque/sortie de poste - train bavard
<b><i>Vacances de Printemps</i></b> <b><i>+ <u>Championnats de France des Clubs en Gironde</u></i></b>		
Mercredi 7 Mai	Cran-Gevrier - Fier et Erbe	Boussole, azimut + pose/dépose
Mercredi 14 Mai	Anancy-le-vieux - Les Pommaries	Sprint Urbain - Définitions spécifiques et 1er poste - Balise humaine
Samedi 17 Mai		O'Lac - gratuit pour les licenciés ASO
Mercredi 21 Mai	Semnoz - Parc Aux biches	Choix et construction d'itinéraire - type LD
Week end du 24 et 25 Mai	Haute-Savoie	Week end Jeunes des Pays de Savoie
Mercredi 28 Mai	<i>Pas de séance -pont de l'ascension</i>	
Du 29 Mai au 1er Juin	Lamoura -Jura	3 jours de course O'Jura
Mercredi 4 Juin	Poisy - Montagne d'age	Définitions précises des postes, environnement de poste ("grappe de balises")
Week end 7 et 8 Juin	Haute Loire	Raid O'Bivwak
Mercredi 11 Juin	Mandallaz	Relief
Week End du 14 et 15 Juin	Bugey - Ain	Régionale
Mercredi 18 Juin	Semnoz - Les Puisots	Circuits de couleur aux boitiers + O'Show
Week end 21 Juin	Vercors	Régionale
Mercredi 25 Juin	<i>Dernière séance</i> Sortie Montagne ou Lac + Gouter	
Week end 5 et 6 Jullet	Loire	Championnat de Ligue de Longue distance
<b><i>Vacances d'été</i></b>		
fin aout	Corrèze	Challenge Ecole de CO - Championnat de France de Longue distance

Animatrice Responsable : Anne-Lise DUBOIS [ecoledeco@annecyso.fr](mailto:ecoledeco@annecyso.fr)